

## Dates à retenir

### Rendez-vous

#### Santé en français

Du 23 au 15 juin 2010

Charlottetown

[santefrancais.ca](http://santefrancais.ca)

### Jour des franco-ontariens

25 septembre

### AWHONN Canada

(Association Women's Health,  
Obstetrics and Neonatal Nurses)

Du 14 au 16 octobre 2010

Montréal

[www.awhonncanada.org](http://www.awhonncanada.org)

### Conférence du Nord

#### Meilleur départ

18-19 octobre

Thunder Bay

### Enfanter le monde

25-26 novembre

Québec

[www.enfanterlemonde.com](http://www.enfanterlemonde.com)

### Conférence annuelle

#### Meilleur départ

Du 22 au 24 février 2011

Toronto

Pour infos:

[www.meilleurdepart.org](http://www.meilleurdepart.org)

[l.choquette@nexussante.ca](mailto:l.choquette@nexussante.ca)

## Quels sont vos besoins?

Afin de nous aider à planifier les services en français du Centre de ressources Meilleur départ, nous aimerions que vous indiquiez vos besoins à travers un court questionnaire en ligne. Vous n'avez qu'à cliquer le lien ci-dessous pour commencer. À noter que ce sondage vise seulement les intervenants travaillant en Ontario, dans les domaines de la petite enfance et de la santé reproductive. SVP, veuillez compléter celui-ci **avant le 30 juin**. Pour souligner le 25<sup>e</sup> anniversaire de notre organisme, nous choisirons deux personnes au hasard qui gagneront un prix de \$25 pouvant être utilisé pour obtenir des ressources de Meilleur départ.

[www.surveymonkey.com/s/Analysedebesoins\\_Meilleurdepart\\_Francophones](http://www.surveymonkey.com/s/Analysedebesoins_Meilleurdepart_Francophones)

## Les consultations de Meilleur départ

C'est le temps de faire vos demandes de consultations en personne auprès du Centre de ressources Meilleur départ pour l'automne 2010 et l'hiver 2011. Une consultation vous permet de travailler sur un sujet spécifique avec l'aide d'une de nos consultantes. Voici quelques suggestions de sujets: comment rejoindre les francophones, l'activité physique et la petite enfance, la diversité culturelle et les programmes de maternité et de petite enfance, l'attachement, etc. Ces consultations sont gratuites pour les intervenants travaillant en Ontario.

Si vous désirez obtenir une consultation, veuillez envoyer un courriel à

[l.choquette@nexussante.ca](mailto:l.choquette@nexussante.ca).

## Trousse en français sur l'alimentation saine et l'activité physique



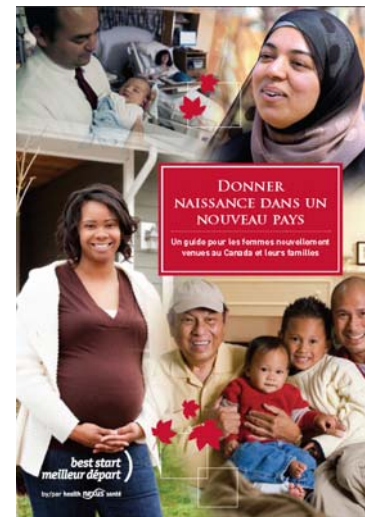
Réseau franco-santé  
du Sud de l'Ontario

Le Réseau franco-santé du Sud de l'Ontario vient de lancer une trousse éducative, destinée aux parents d'enfants d'âge préscolaire ainsi qu'aux éducateurs de la petite enfance. La trousse comprend des fiches d'activités adaptées aux différents groupes d'âge, sur l'alimentation, l'activité physique et des ressources sur la nutrition. Vous pouvez télécharger le livret contenant des activités, allez à :

[francosantesud.ca/images/stories/2010MaJ/physique\\_scuritaire\\_en\\_dix\\_points\\_flash\\_cards.pdf](http://francosantesud.ca/images/stories/2010MaJ/physique_scuritaire_en_dix_points_flash_cards.pdf)

## Nouvelles ressources de Meilleur départ

Le Centre de ressources Meilleur départ vient de publier un livret pour les femmes nouvellement arrivées qui sont enceintes et prévoient accoucher en Ontario, « **Donner naissance dans un nouveau pays – Un guide pour les femmes nouvellement venues au Canada et leurs familles** ». Ce livret contient des renseignements sur les pratiques locales associées aux périodes prénatales et postnatales, ainsi que sur les services et ressources disponibles. Veuillez noter que ce livret ne se veut pas être un guide prénatal complet tel que « Partir du bon pied » mais se veut plutôt un supplément à celui-ci, pour répondre aux questions spécifiques que les femmes enceintes pourraient avoir. Ce livret fait suite au manuel pour les intervenants intitulé “Giving Birth in a New Land – Strategies for Service Providers Working with Newcomers”. Ce nouveau livret est disponible pour achat et téléchargement en 10 langues à [www.meilleurdepart.org/resources/repro](http://www.meilleurdepart.org/resources/repro).



### Dors en toute sécurité bébé!

Voici quelques mesures à prendre pour assurer la sécurité de votre bébé.

- Placez-moi sur le dos pour dormir**
  - Pendant la nuit et la sieste
  - Placez-moi sur le ventre quand vous jouez avec moi
- Ne laissez personne fumer autour de moi**
  - Avant et après ma naissance
  - Dans la maison et la voiture
- Protégez-moi quand je suis dans mon berceau**
  - Utilisez un matelas ferme et un drap-houssé
  - Ne laissez aucune couverture ou jouet dans mon berceau
- Placez mon berceau près de votre lit les 6 premiers mois**
  - Pour dormir, couche-moi dans mon berceau seulement
  - Ne placez jamais mon berceau près des stores, des cordes, des fenêtres, des radiateurs...

Réduisez les risques du syndrome de la mort subite et de la mort subite inattendue du nourrisson. Pour en savoir plus, communiquez avec le bureau de santé publique de votre localité ou consultez les sites Web suivants :

[www.phac-aspc.gc.ca/dca-dea/prenatal/sids-fra.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/dca-dea/prenatal/sids-fra.php)  
[www.hc-sc.gc.ca/cps-sp/indes-fra.php](http://www.hc-sc.gc.ca/cps-sp/indes-fra.php)  
[www.sidscanada.org](http://www.sidscanada.org) (en anglais seulement)

**best start meilleur départ**  
 by/par health santé

Vous pouvez emprunter le présentoir ci-contre gratuitement auprès du Centre de ressources Meilleur départ. Les messages et les représentations de ce présentoir au sujet du **sommeil en sécurité de bébé** sont compatibles avec les nouvelles ressources de l'Agence de santé publique du Canada. Ce présentoir sur pied mesure 0.8 x 2 mètres (33" par 80"). Il peut être utilisé pour les foires santé et pour d'autres événements. Nous avons aussi plusieurs autres présentoirs. Pour réserver un de ces présentoirs, veuillez communiquer avec [r.juttun@nexussante.ca](mailto:r.juttun@nexussante.ca) ou téléphonez à 416.408.2249, poste 2336.

### Acide folique

Le fœtus prend les nutriments, y compris au cours du voyage et de la période néonatale du bébé.

Consommer 5 mg de vitamine B9 (l'acide folique) les jours avant et après la grossesse.

Il est aussi très important de manger des légumes à feuilles vertes et des légumineuses riches en folate, y compris les pois chiches, le haricots, les lentilles, les pois, les pois et les pois.

Certains aliments ont besoin d'être plus grande quantité d'acide folique.

Parlez à un professionnel de la santé. [www.salle-avis-provence.ca](http://www.salle-avis-provence.ca)

**best start meilleur départ**  
 by/par health santé

Une affiche bilingue a été créée sur le sujet de **l'acide folique**. Celle-ci contient des messages-clés sur la nécessité de prendre des suppléments vitaminés contenant de l'acide folique avant la conception et d'avoir une alimentation riche en folate.

Cette affiche est disponible à [www.meilleurdepart.org/resources/nutrition](http://www.meilleurdepart.org/resources/nutrition).

Visitez notre site web régulièrement pour voir les ajouts:

[www.meilleurdepart.org](http://www.meilleurdepart.org)



Plusieurs de nos ressources ont été traduites et adaptées culturellement en 8 langues, en plus du français et de l'anglais. Pour télécharger et commander celles-ci, visitez: [www.meilleurdepart.org/resources/other\\_languages](http://www.meilleurdepart.org/resources/other_languages)

## Ressources d'autres organismes

### Partage et compassion : Une approche préscolaire à la prévention de l'intimidation

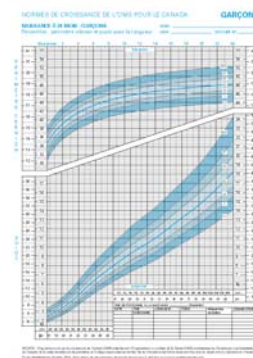
Cette ressource de la Coalition sur la prévention de l'intimidation chez les enfants d'âge préscolaire à Ottawa a été créée en 2007. Ce manuel pour les intervenants en petite enfance et les parents aide à enseigner aux enfants comment être un bon ami et les aptitudes sociales positives pour contrer les comportements d'intimidation. Le manuel contient des suggestions d'activités ainsi que des trucs pour présenter l'information aux enfants. Les divers éléments de la trousse peuvent être téléchargés à [www.ottawakids.ca/site/preschoolbullying/About\\_Us\\_p1212.html](http://www.ottawakids.ca/site/preschoolbullying/About_Us_p1212.html).



### Nouvelles courbes de croissance

La série complète de courbes de croissance de l'OMS, adaptée pour le Canada, est maintenant accessible. Vous pouvez télécharger ces courbes à partir du site des [Diététistes du Canada](http://Dietitians du Canada). Les tableaux sont disponibles sous forme de graphiques vectorisés qui conviennent pour l'impression avec une imprimante laser ou comme modèle pour faire une impression de haute qualité en grande quantité sur une imprimante commerciale.

[www.dietitians.ca/ressources/ressourcesearch.asp?fn=view&contentid=14517](http://www.dietitians.ca/ressources/ressourcesearch.asp?fn=view&contentid=14517)



### Une pédagogie culturelle au service de la construction identitaire

« Reaching Out to You » et « Survival French for Parents » sont deux des documents disponibles sur l'excellent site [Web.pedagogieculturelle.ca](http://Web.pedagogieculturelle.ca). Ce projet vise à créer l'identité culturelle des jeunes franco-ontariens et plusieurs outils ont été développés pour rejoindre les familles exogames.

[www.pedagogieculturelle.ca](http://www.pedagogieculturelle.ca)



### Portrait des minorités de langue officielle au Canada :

Est-ce que le nombre de francophones en Ontario diminue ou augmente? Au fait, comment définit-on un « francophone » ? Cette étude de Statistique Canada répond à ces questions et brosse un portrait statistique général de la minorité de langue officielle en Ontario en s'appuyant sur des données du recensement de la population ainsi que sur celles de l'Enquête sur la vitalité des minorités de langue officielle au Canada menée en 2006.

[www.statcan.gc.ca/pub/89-642-x/89-642-x2010001-fra.pdf](http://www.statcan.gc.ca/pub/89-642-x/89-642-x2010001-fra.pdf)

## Ressources d'autres organismes

### Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans

L'édition 2010 de *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans* est maintenant disponible. Ce guide pratique québécois contient une foule de renseignements tant sur la grossesse et l'accouchement que sur le développement de l'enfant, son alimentation, sa santé et les soins à lui offrir. L'édition 2010 présente une section sur l'alimentation du tout-petit restructurée et améliorée afin de mieux répondre aux besoins des parents et de s'arrimer à l'évolution des pratiques et connaissances observées sur le terrain. Nouveauté intéressante : les parents peuvent détacher un carton où l'on retrouve un calendrier d'introduction des aliments et un guide des portions à servir chaque jour. Ce guide est aussi disponible en anglais.

Pour le télécharger ou le commander, visitez: [www.inspq.qc.ca/MieuxVivre](http://www.inspq.qc.ca/MieuxVivre).



### Sommeil sécuritaire pour votre bébé

L'Agence de la santé publique du Canada a produit une nouvelle brochure intitulée *Sommeil sécuritaire pour votre bébé* (remplaçant la brochure intitulée *Dodo sur le dos*). Celle-ci est destinée aux nouveaux parents et aux gardiens et peut maintenant être commandée. La brochure vise à fournir aux parents et aux gardiens des renseignements fondés sur des données probantes quant à la façon d'offrir un environnement favorisant le sommeil sécuritaire pour les nourrissons âgés de 0 à 12 mois. Vous pouvez télécharger cette brochure à partir du site Web sur le sommeil sécuritaire de l'Agence de la santé publique du Canada:

[www.santepublique.gc.ca/sommeilsur](http://www.santepublique.gc.ca/sommeilsur)



N'oubliez pas de visiter à l'occasion le site Web de la Société canadienne de pédiatrie et d'y référer vos clients. Ce site contient d'excellents renseignements sur des sujets aussi variés que:

- L'apprentissage de la propreté
- Les intolérances et allergies alimentaires
- La vaccination
- Les insectifuges pour les enfants, etc.

[www.soinsdenosenfants.cps.ca](http://www.soinsdenosenfants.cps.ca)



Vous cherchez un spécialiste de l'éducation, un auteur ou un conférencier? Voici le type de services qu'offre PedaGO.ca. Voici quelques sujets disponibles:

- L'équilibre travail-famille
- Vivre avec un enfant différent
- Redynamiser son équipe
- Développe une approche positive à la communication

[www.pedago.ca](http://www.pedago.ca)